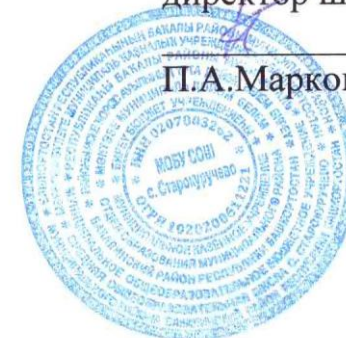


Утверждаю
директор школы

П.А.Марков



Неделя 1
День 5. 16.04.2021 г.
Для обучающихся 5-11 кл. (РП)

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Обед														
64	Салат из свеклы отварной	100	1	6	5	84	0,01	1,9	0	3,76	34,61	32	18,65	1,20
143	Рагу из овощей в томатном соусе с мясом	200	17	23	26	386	0,21	9,72	6,75		41,59	181,44	42,26	2,76
631	Компот из свежих плодов	200	0,2	0,1	17	68	0,01	1,6		0,08	6,03	3,8	3,1	0,80
СТО	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	3	1	28	127	0,07							0,9
Итого за Обед		904	25	22	93	665	0,38	16,06	35,53	4,1	112,13	388,15	126,07	5,81
Итого за день			46	53	156	1292	0,82	36,18	42,53	14,9	181,28	610,56	144,17	10,41

